

広報

# まほく

1

No.111

2015 January 平成 27 年

道瀬海岸からの日の出

# 年頭のあいさつ



紀北町長

尾上 壽一

新春を迎え、謹んで年頭のあいさつを申し上げます。

町民の皆様におかれましては、平素より町政に対するご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

平成27年は、合併により紀北町が誕生して10年となる記念の年です。

紀勢自動車道が全線開通し、世界遺産熊野古道や清流銚子川など紀北町が誇る地域の魅力に注目が集まっているからこそ、私たちにとって勝負の時だと考えています。

また、両区の均衡ある発展を図ることを目的に設置してきた地域自治区を、平成27年度末をもって解消することとしており、これを機に、さらなる発展を目指した新たなステージへと進むべく、積極的に取り組んでいこうと決意を新たにしているところです。

さて、平成24年度にスタートした第1次総合計画後期基本計画も、いよいよ仕上げの段階に入ってきました。紀北町の将来像である「自然の鼓動を聞き みなが集い、にぎ

わう やすらぎのあるまち」の実現に向け、着実に取り組みを進めていきたいと考えています。

まず、「犠牲者『0』」をめざす、減災のまちプロジェクトにおいては、南海トラフ巨大地震への備えや頻発する豪雨など自然災害への的確な対応が必要となります。

このため、昨年度から第2ステージと位置付けてきた地震・津波対策をさらに加速させることとし、津波避難施設として、中州地区に津波避難タワーを建設し、相賀本地地区での施設設計に着手するとともに、被災時の消防機能を確保するため、海山消防署の移転整備を進めます。

また、台風や豪雨など自然災害による被害の防止・軽減対策として、引き続き三浦及び矢口浦地区の海岸保全施設整備や低地における排水対策などに取り組んでいきます。

さらに、本年3月をめどに改訂予定の町地域防災計画に基づき、防災教育や啓発活動などを通じた防災意識の高揚と防災体制の強化を一層進めていきたいと考えています。

次に、「交流人口『200万人』をめざす、にぎわいのまちプロジェクト」においては、折しも、人口減少対策や地域活性化を図る「地方創生」が打ち出され、各地域が創意工夫し、それぞれの特徴を生かした自律的で持続的な社会を創生できるチャンスでもあります。

このため、町では、三浦地区に整備している地域振興施設を核として、物産の販売や食・イベントなど、さまざまな情報の提供を行い、引き続き、熊野古道や銚子川といった歴史・文化や自然の魅力などを生かした観光誘客を進めていきます。

また、スポーツ合宿や大会のより一層の定着を図ってスポーツ交流を進めるとともに、6年後の国民体育大会に向けて機運を盛り上げていきたいと考えています。

さらに、農林水産業の生産基盤が安定するよう引き続き支援を行うほか、地域資源を生かした商品づくりやブラン

ド化につなげるため、商品企画や販路拡大、人材育成などに注力し、地域の魅力アップに取り組んでいきます。

最後に、「健康寿命『5歳』延長をめざす、生涯元気のまちプロジェクト」においては、少子高齢化が進む中、子ども・子育て支援新制度の創設、介護保険制度の改正や地域包括ケアシステムの構築など、急激に変化する時代の流れに的確に対応していく必要があります。

こうしたことから、子ども医療費の無料化や予防接種への助成を継続するほか、結婚から子育てまでの各段階で必要な情報を一元管理し提供するなど、切れ目のない子育て支援を行っていきます。

また、高齢者の方や障がい者の方が地域で安心して暮らせるよう、介護予防事業や日常生活支援総合事業などに取り組み、元気に暮らせる地域づくりを進めていきます。

さらに、健康ウォーキングやグラウンドゴルフ、健康スポーツクラブ活動などへの参加を通じた健康保持や体力維持の取り組みや、がん検診や総合健診、健康相談の実施などによる病気の予防、早期発見・早期治療につながる取り組みを進めます。

今後、町民の皆様が目線に立ち、町民の皆様とともに、課題を一つずつ着実に解決しながら、町政運営に全力を傾けて取り組んでまいりますので、引き続き、皆様のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、この一年が皆様にとって幸多き年となりますよう心からお祈りいたしまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

議  
臨  
時  
会

## 正・副議長及び

### 各常任委員などが選出されました



12月1日に開かれた平成26年  
第4回紀北町臨時会で、新しく  
議長と副議長選任の選挙が行わ  
れ、選挙の結果、議長に東清剛  
議員、副議長に太田哲生議員が  
選ばれました。  
また、各常任委員会委員など  
の選出も行われました。

#### ■総務産業常任委員会（8名）

玉津 充（委員長）  
樋口 泰生（副委員長）

原 隆伸

奥村 武生

東 篤布

東 清剛

中津畑 正量

平野 倅規

#### ■教育民生常任委員会（8名）

家崎 仁行（委員長）

近澤 チヅル（副委員長）

大西 瑞香

奥村 仁

太田 哲生

瀧本 攻

入江 康仁

平野 隆久

#### ■議会運営委員会（6名）

平野 隆久（委員長）

樋口 泰生（副委員長）

家崎 仁行

玉津 充

中津畑 正量

平野 倅規

#### ■三重紀北消防組合（4名）

玉津 充

東 清剛

平野 隆久

平野 倅規

#### ■紀北広域連合（6名）

樋口 泰生

近澤 チヅル

家崎 仁行

玉津 充

奥村 武生

東 清剛

#### ■東紀州農業共済組合（2名）

原 隆伸

玉津 充

#### ■荷坂やすらぎ苑組合（5名）

大西 瑞香

奥村 仁

入江 康仁

家崎 仁行

中津畑 正量

#### ■農業委員会委員（2名）

入江 康仁

玉津 充

#### ■監査委員（1名）

瀧本 攻

（敬称略）

## 議長就任のあいさつ

東 清剛

明けましておめでとうございます。

町民の皆様方には、健やかに新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

また、日頃より町政に対しまして、ご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年、11月9日に紀北町議会議員選挙が執行され、12月1日の初議会での役員改選により、紀北町議会第10代の議長に就任することとなりました。

その職責の重さに身の引き締まる思いであります。また、議員定数が16名となり、議員一人ひとりの役割、責任もたいへん重要であります。

本町においてのさまざまな課題に対し、執行機関と議会が一体となって、有効な政策を推進し、本町の発展と住民の皆様の福祉向上、住みよいまちづくりを目標に町民の皆様に信頼される議会を目指し、議長の職責を努めてまいりたいと思っております。

社会情勢におきましても、金融、経済危機に伴う地域経済の悪化や、消費税の増税などのさまざまな課題が同時に重なり、時代の大転換期を迎え、従来の発想や考え方を大きく見直していくことが求められております。

本町においても、町政を取り巻く環境は、少子高齢化に伴う福祉、教育や地場産業での後継者不足などさまざまな課題が山積しており、東海・東南海・南海などの地震、津波に対する対策が急務となっております。

これからの、議会運営にあたっては、ルールを遵守し、お互いの人格、名誉を尊重する真摯な議論により、町民の皆様の思いやニーズを的確に把握することに努め、議会改革はもちろんのこと、公平、公正な議事運営を目指して全力で取り組んでまいります。

町民の皆様におかれましては、紀北町議会に対し、より一層のご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



太田 哲生 副議長



東 清剛 議長

策一社  
施一福

## 児童扶養手当と 公的年金との併給ができます

平成26年12月1日から「児童扶養手当法」の一部が改正されました。

新たに手当てを受給するための手続き

これまで、公的年金（遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など）を受給する方は児童扶養手当を受給できませんでしたが、平成26年12月以降は、年金額が児童扶養手当額より低い方は、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになりました。

児童扶養手当を受給するためには、本庁福祉保健課または海山総合支所福祉環境室への申請が必要です。

※詳しくは、町ホームページをご覧ください。

お問い合わせ  
本庁福祉保健課地域福祉係  
TEL(46) 3122  
海山総合支所福祉環境室福祉保健係  
TEL(32) 3904

- 今回の改正により新たに手当てを受け取れる場合**
- お子さんを養育している祖父母などが、低額の老齢年金を受給している
  - 父子家庭で、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給している
  - 母子家庭で、離婚後に父が死亡し、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給しているなど。

**<参考：児童扶養手当の月額>**  
(平成26年4月～)

**子ども1人の場合**  
全部支給 41,020円  
一部支給 41,010円～9,680円  
(所得に応じて決定されます)

**子ども2人以上の加算額**  
2人目 5,000円  
3人目以降1人につき 3,000円

くらし  
農

## 絶対にしないで！ 農地の無断転用

農地の売買、転用などには許可が必要です

農地の無断転用は罰せられます

農地の売買や貸借、農地以外の転用を行うには、紀北町農業委員会または県知事などの許可を得ることが必要です。

農地の転用（農地以外に変更すること）には「農地法」で一定の規制がかけられており、転用を行うには知事もしくは農林水産大臣の許可を得ることを必要としています。この許可を得ないで無断で農地を転用した場合や、転用許可に係る事業計画どおりに転用していない場合には、農地法に違反することとなり、工事の中止や原状回復などの命令（農地法第51条）がなされる場合があります。また、3年以下の懲役や300万円以下の罰金、法人の場合は1億円以下の罰金（農地法第64条、67条）という罰則の適用もありますので、必ず転用許可を得るようにしてください。

※申請・許可の流れなど、詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ  
紀北町農業委員会事務局  
(本庁農林水産課内)  
TEL(46) 3116



くらし  
税

## 税務署からの お知らせ

平成25年度税制改正により、相続税法が改正され、平成27年1月から相続税の基礎控除が引き下げられました。

※詳しくは国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)をご覧ください。

お問い合わせ  
尾鷲税務署  
TEL(22) 2222

改正の内容	基礎控除
平成26年 12月31日以前	5,000万円 + (1,000万円 × 法定相続人の数)
↓ 改正 ↓	
平成27年 1月1日以降	3,000万円 + (600万円 × 法定相続人の数)

## 新成人の皆様おめでとうございます！ 20歳になったら国民年金



日本に住む20歳以上60歳未満の全ての方は、国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一病気やけがで障がいが残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなどに年金を支給し、あなたやあなたの家族を守ってくれます。

ただし、未加入期間や保険料の納め忘れがあると、年金が受けられないこともありますので、「あの時に…」と後悔する前に、国民年金に加入しましょう。

### ■加入手続き

20歳の誕生日を迎えた方は、住民票のある市区町村の国民年金窓口で国民年金の加入手続きを行ってください。学生の方も同様です。ただし現在、厚生年金保険や共済組合に加入している方は、改めて手続きを行う必要はありません。

### ■保険料の納付が困難な方は

学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方の場合は、「学生納付特例」や「若年者納付猶予」など、保険料の支払いを猶予する制度がありますので、市区町村の国民年金窓口で国民年金の加入手続きと併せて申請してください。

### ■国民年金に加入する方

20歳以上60歳未満の方全員が国民年金（基礎年金）に加入します。

被保険者の種類	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
加入する方	20歳以上60歳未満の自営業の方、農林漁業の方、学生の方など	厚生年金の加入者（会社員） 共済組合の加入者（公務員）	厚生年金や共済組合の加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者
加入手続き	市区町村の国民年金窓口へ行き、手続きを行います。	勤務先が手続きを行います。 厚生年金や共済組合などに加入すると同時に、国民年金にも加入することになります。	第2号被保険者（配偶者）の勤務先で手続きを行います。
保険料	自分で納めます。 収入が少なく保険料の納付が困難なときは 学生…学生納付特例制度 20歳代…若年者納付猶予制度 自営業など…保険料免除制度 があります。	厚生年金・共済組合の保険料は給与から天引きされますので、別に国民年金保険料を納める必要はありません。	第2号被保険者が加入する制度全体で負担するため、国民年金保険料を自分で納める必要はありません。

### 問い合わせ

尾鷲年金事務所 Tel.22-2340

本庁住民課国保・年金係 Tel.46-3117 海山総合支所住民室国保・年金係 Tel.32-3902

## eco 古紙回収庫設置のお知らせ

町では、ごみの減量化・資源化を推進するため、既設の資源ごみステーション3カ所に古紙回収庫を新たに設置しました。紀伊長島区は月に2回「古紙の日」がありますが、雨天で古紙収集中止の場合でも、古紙をいつでも出すことができます。ご利用いただき、古紙のリサイクルにご協力ください。

### 設置場所

中ノ島会館横

出垣内地区紀勢自動車道高架下

古里自然休養村管理センター地内



### 問い合わせ

本庁環境管理課廃棄物対策係 Tel.46-3121

紀伊長島リサイクルセンター Tel.47-2880

# 『こころといのちの大切さを伝えるメッセージ』入賞作品

9月から10月にかけて募集しました『こころといのちの大切さを伝えるメッセージ』に295点の応募があり、このたび入賞作品が決定しました。心が元気なとき、落ち込んだとき、いろんなときにこのメッセージを読んでいただき、心・命のたいせつさを感じていただけると幸いです。

## 小学校低学年の部

ずっといっしょにわらってこ おなじえがおで  
もめてもね なかなかおりしよう だって友だちだから  
ぼくのげんきは ばばとままからもらった

相賀小学校3年 疇地里和奈さん  
引本小学校3年 嶋田 悠介さん  
上里小学校1年 大谷 篤毅さん

## 小学校高学年の部

友達っていいな いつも大切に思っているよ  
心があるから夢が広がる 命があるから夢がかたう  
冗談で言ったあの言葉 相手にどう聞こえたかな？

東小学校 4年 上野 遥さん  
志子小学校6年 山岡 祐也さん  
相賀小学校6年 林 奈未さん

## 中学校の部

大切に 心は意外ともろいもの  
感じよう 自分の心 相手の心  
心があたたかくなるのは 命があるから

紀北中学校2年 源口 太陽さん  
紀北中学校3年 前畑 光さん  
紀北中学校3年 東 菜々美さん

## 一般の部

深呼吸大きくひとつ ゆっくり前へ やさしい笑顔がまっています  
あなたの笑顔で こころはまんまる いつもありがとう  
気がついて！ あなたを想う人は必ずいるよ

西田 勝美さん  
宮原由佳利さん  
北村 慎平さん

### 問い合わせ

本庁福祉保健課地域保健係 Tel.46-3122

## 紀北町社会教育振興大会及び記念行事 「みえ熊野学地域巡回講座」開講

紀北町社会教育振興会、みえ熊野学研究会（事務局：東紀州地域振興公社）共催で、下記のとおり講演会を開催します。入場は無料で事前申し込み不要です。ぜひご来場ください。

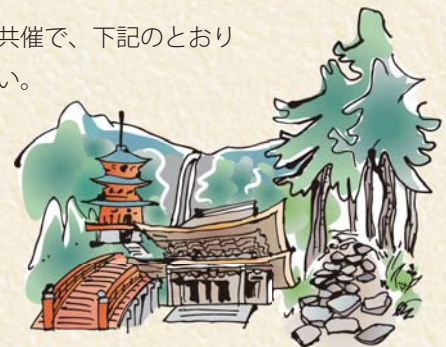
**日時** 1月25日（日）午後2時～3時30分

**場所** 海山公民館 研修室

**講師** 半田 美永 氏（皇學館大学教授）

**演題** 斎藤茂吉の熊野 一随筆『念珠集』の世界一

※午後1時30分から社会教育振興会式典（表彰式ほか）を開催します。一般の方のご入場は式典終了後とさせていただきますのでご了承ください。



### 問い合わせ

教育委員会本庁生涯学習課社会教育係  
東紀州地域振興公社紀北事務所

Tel.46-3125  
Tel.23-3784

# 毎月第3日曜日は 「健康ウォーキングの日」です!



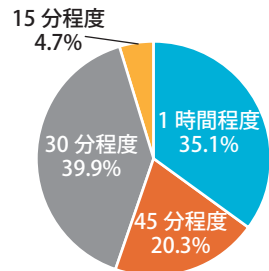
## ウォーキングはどれぐらいの時間行えばいいの?

日頃からウォーキングを行っている方は、どれぐらいの頻度でウォーキングに励んでいるのでしょうか?

紀北町民ウォーキングの会会員のうち、日頃からウォーキングを行っている方のおよそ40%が30分程度、35%が1時間程度行っている事が分かりました。

ウォーキングのエネルギー源は、最初の15分くらいは糖質だけが使われ、その後は脂肪も使われます。まずは30分を目標にウォーキングを続け、心身の健康を保ちませんか?

1回あたりのウォーキング時間



## 今月のおすすめコース 島勝浦周回コース(約2.6km)

アップダウンに富んだ潮の香りが楽しめるコースです。ぜひご参加ください。

**開催日時** 1月18日(日) 午前10時～ 雨天中止

**集合場所** 和具の浜駐車場

「紀北町民ウォーキングの会会員」大募集中!

問い合わせ・申し込み 本庁福祉保健課地域保健係 TEL46-3122

## この指とまれ!!～ソフトテニスをしたい人集まれ～

久しぶりにソフトテニスをやりたいなと思っている人、初心者の人、もちろん団体に所属している人など一緒にソフトテニスをやりませんか。当日都合が良ければどんどん参加してください。

**日程** 1月17日(土)、31日(土) ※雨天中止

**時間** 午後2時～4時

**場所** 東長島スポーツ公園テニスコート

**持ち物** ラケット、タオル、飲み物

**参加方法** 参加される日の前日までに電話にてご連絡ください。

### 特記事項

○少しですが、教育委員会にラケットがありますので、ラケットをお持ちでない方もぜひご参加ください。

○ソフトテニス協会の協力で開催します。初めての方も安心して参加してください。

○保険への加入はしませんので、事故・けがなどの処理については自己責任をお願いします。



問い合わせ・申し込み 教育委員会本庁生涯学習課スポーツ振興係 TEL46-3125

## スポーツ少年団紹介

～エスフォルソ海山FC～

**対象** 小学校1年生～6年生の男女

**練習日** 火・金曜日(午後6時30分～9時)

土・日曜日(午前9時～正午)

**場所** 海山グラウンド・相賀小学校グラウンド

大白公園多目的グラウンド

**会費** 月額1,000円(登録費・保険料別途必要)

※登録費・保険料については年1回のみです。

**代表者** 東 尚史 TEL 090-7868-5746





# 町営住宅入居希望者募集

募集棟	間取り	家賃（月額）
汐ノ津呂団地179号（2階）（相賀）	3DK（和3・台所・浴室・洗面・トイレ）	9,000円～13,400円
矢口白越団地2-C号（2階）（矢口浦）	3DK（和2・洋1・台所・浴室・洗面・トイレ）	15,600円～23,200円

**入居指定日** 3月16日予定

**応募期間** 1月5日（月）～16日（金）

**応募基準**

①平成26年12月25日時点で、紀北町内に住所または勤務場所を有する方

②同居している親族、または同居しようとする親族がある方

※昭和31年4月1日以前の生まれの方または身体障がい者その他の特に居住の安定を図る必要がある方は単身入居可能

③基準収入月額158,000円以下（裁量階層に該当する場合214,000円以下）

※基準収入月額とは、入居者及び同居者の過去1年間の所得から対象となる控除額を差し引き、12で除した額をいいます。

④町（市・村）税・国民健康保険料（税）・水道料などを滞納していない方及び持ち家がない方

⑤入居申込者（同居者含む）が暴力団員であるときは申し込みできません。

※収入によって家賃が変わります。

※申し込みが多いときは、選考になります。

**問い合わせ・申し込み**

本庁建設課管理係

TEL46-3120

海山総合支所産業建設室土木係

TEL32-3903

## 図書館 だより

1月の新刊案内

January



町民センター図書室から

「ゆめいらんかね やしきたかじん伝」/角岡伸彦

「図書名」/著者名

「高倉健インタビューズ」/野地秩嘉

「冬姫」/葉室麟

「図書館奇譚」/村上春樹

「暮らしの手芸教室」/林ことみ

「資格取り方 選び方ガイド 2016年版」

/高橋書店編集部

「愛着崩壊子どもを愛せない大人たち」

/岡田尊司

「ジブリの哲学—変わるものと変わらないもの」/鈴木敏夫

※あけておめでとうございます。

昨年はやしきたかじん氏・高倉健氏という、広く世間に知られた方がお亡くなりになりました。

今月は追悼の意も込めてささやかながら関連書籍を購入しました。お二人の理解の一助となれば幸いです。



児童図書館から

「おしょうがつおめでとう はじまりの日！」  
/ますだゆうこ

「図書名」/著者名

「ぶうぶうぶう」/おーなり由子

「とびだす・ひろがる！のりものえほん」

/古川正和

「十二支のはやくちことばえほん」/高島純

「しんせつなともだち」/方軼羣

「ほげちゃんまいごになる」/やぎたみこ

「恋する和パティシエール⑤」/工藤純子

「黒魔女さんが通る!!part18 とつぜんの絶交宣言!」の巻」/石崎洋司

「呪いと魔術の謎」/並木伸一郎

「ヒマラヤのサバイバル②」/洪在徹

※あけておめでとうございます。

今年もよろしくお祈いします。少なくなってきた昔ながらのお正月の過ごし方。絵本のなかで体験してみませんか。



多目的会館図書室から

「3時のアッコちゃん」  
/柚木麻子

「図書名」/著者名

【一般図書】

「土漠の花」/月村了衛

「失踪都市：所轄魂」/笹本稜平

「辛口・幸福論」/曾野綾子

「窓から逃げた100歳老人」

/ヨナス・ヨナソン

「シルバー川柳4あの世より近い気がする

宇宙行き」/公益社団法人全国有料老人

ホーム協会・ポプラ社編集部編

「幻の翼」/逢坂剛

「砕かれた鍵」/逢坂剛

【児童図書】

「魔法の庭ものがたり⑬～⑯」

/あんびるやすこ

「おばけとかくれんぼ」/新井洋行

「もったいないばあさんのてんごくとしごくのはなし」/真珠まりこ

※延滞されている方は、至急返却をお願いします。

紙面に載りきれない蔵書もありますので、館内検索機または紀北町ホームページ内インターネット蔵書検索をぜひ活用してください。新しい貸出カードへの更新もお願いします。

「よみきかせの会」(児童図書館)

今月の「よみきかせの会」はお休みです。

「おはなし会」(多目的会館図書室)

1月10日(土)午後2時～

絵本の読み聞かせ、紙芝居をします。



## ツツラト峠モミジまつり



12/6 ツツラト峠花広場

沿道のモミジが見ごろを迎えるこの時期に古道客をもてなそうとふるまいや、地元の団体、小・中学生がコンサートなどを行いました。

古道客らは笑顔で会場の雰囲気を楽しんでいました。



## 総務大臣感謝状贈呈式



11/25 役場本庁

通算 35 年以上町議会議員として在職し、地方自治の振興発展に寄与してきたことに対し、北村博司氏に総務大臣感謝状が贈られ、町長から伝達されました。



## 紀北中学校郷土料理教室



12/8 紀北中学校

紀北中学校で地元の食を実際に料理して学ぶ、郷土料理教室が開かれ、押し寿司などを作りました。生徒たちは出来上がった料理を食べて郷土の味を堪能していました。



## 大白公園で植樹



12/6 大白公園周辺

平成 24 年から公益財団法人イオン環境財団が主催で行ってきた植樹活動の最終年となった今年は、約 500 名のボランティアが参加し、大白公園周辺の山林にタブノキ、ヤマザクラなどの広葉樹を植樹しました。

# 消防・警察だより

## 紀北医師会休日診療当番表

受診する前に電話で連絡してください。時間は9時～17時です。変更がある場合がありますのでご注意ください。(救急医療情報システム TEL 22-1199)  
紀北医師会ホームページ <http://www.kihoku-med.or.jp/>

月日	曜日	尾 鷲	電 話	紀 北	電 話
1/11	日	-	-	野口内科胃腸科医院	32-2266
1/12	月	-	-	かとう小児科	47-3341
1/18	日	玉置眼科	22-5611	上里診療所	33-1100
1/25	日	-	-	木ノ内医院	47-4346
2/1	日	西村整形外科	23-3210	平岡クリニック	47-1055

## 消防だより

### 火災・救急発生状況(11月末現在) ( )は前年比

火災		発生状況						
		総件数	建 物	林 野	車 両	船 舶	航空機	その他
火災	紀伊長島区	2(-3)	0(±0)	0(±0)	0(±0)	0(-1)	0(±0)	2(-2)
	海山区	5(-1)	1(-3)	0(-1)	1(+1)	0(±0)	0(±0)	3(+2)
	組合管内	13(-5)	6(±0)	0(-1)	1(+1)	0(-1)	0(±0)	6(-4)

救急		発生状況					※組合管内は、三重紀北消防組合管内の件数
		総件数	急 病	交通事故	一般負傷	その他	
救急	紀伊長島区	414(-32)	286(-10)	26(-11)	58(-11)	44(±0)	
	海山区	379(-29)	269(-14)	20(-14)	64(+7)	26(-8)	
	組合管内	1,793(-91)	1,189(-24)	96(-47)	266(-10)	242(-10)	

## 警察だより

免許証の住所が紀伊長島区の方のみ  
**運転免許証更新事務**(毎週火曜日：午前9時～正午)  
**更新時講習 / 優良・一般**(毎週火曜日：午後2時～)  
 ※祝祭日に該当した場合、振り替えは実施しません。  
 ※問い合わせは尾鷲警察署交通課免許係 (TEL 25-0110) までお電話ください。

### 交通事故発生状況(11月末現在)

	交通事故総件数	人身事故件数	死 者 数	負 傷 者 数	物損事故件数
紀 北 町	262(-199)	37(-37)	0(-3)	52(-56)	225(-82)
尾鷲署管内	654(-172)	91(-58)	2(-1)	118(-81)	563(-114)
三 重 県 内	56,544 (-1,783)	7,371 (-1,546)	98 (+16)	9,750 (-1,974)	49,173 (-237)

( )は前年比

カラオケ喫茶キャビン 一万円  
 チャリティゴルフ大会 十万円  
 東紀州商工会第7回親睦 三万円  
 島勝浦 脇 盾至 二万円  
 引本浦 奥村 成次 三万円  
 馬 瀬 松田 元紀 二万円  
 相 賀 谷田 友和 三万円  
 馬 瀬 多湖 明史 三万円  
 長 島 山口あさ子 二万円  
 島 原 久保せつ子 三万円  
 海 野 井谷 吉文 三万円

善意をありがとう  
 (紀北町社会福祉協議会へ)

# 戸籍の窓

【平成26年11月1日～30日受付分】  
(敬称略)

## お誕生おめでとう

住 所	子 の 名 前	保 護 者
島 原	石倉 有馬	拓磨
長 島	西村 妃由	俊輝
東長島	植田 乙葉	勇也
小山浦	宮原 梓	克成
相 賀	直江 絆	竜一郎

## ごめい福を祈ります

住 所	氏 名	(年齢)
島 原	久保みきよ	(85歳)
長 島	東 隆司	(80歳)
三 浦	佐々木とし	(97歳)
海 野	井谷のぶ子	(92歳)
長 島	長谷えしゑ	(85歳)
長 島	熊城 昭	(89歳)
長 島	中村 謙吉	(91歳)
長 島	藪谷 傳一	(96歳)
東長島	安田 すみ	(87歳)
白 浦	山本 嶋一	(83歳)
船 津	谷口 博通	(76歳)
馬 瀬	前田 寛一	(88歳)
引本浦	奥村ひふみ	(92歳)
相 賀	玉津 金盛	(77歳)
相 賀	塩崎 龍次	(82歳)
矢口浦	黒 哲	(51歳)
馬 瀬	藤原ちよの	(94歳)
島勝浦	脇 佳明	(86歳)
相 賀	上村 幸	(80歳)
相 賀	直江 昭彦	(80歳)
相 賀	谷田 進	(68歳)
相 賀	尾上 秀樹	(74歳)

※本人または親族の方の了承を得て掲載しています。

# けんこっの広場



健康な1年になりますように

年の初めは、自分のカラダを考えよう!



新しい1年が始まります。皆様、年の初めはいろいろな目標を決めると思いますが、いちばんはやはり『健康な1年が過ごせること』ではないでしょうか。

健康な毎日を過ごすには、まず自分の体が今どのような状態かを知ることが必要です。そのためには、『健診』を受けて、体の異常に早めに気づき重症化しないために早めに治療を受けることがたいせつです。



健診は受けたら終わり…で、いいですか？



健診は受けたらそれで終わりではありません。今は自覚症状がなくても、目に見えないかたちで体がサインを出していることがあります。特に生活習慣病は、長期にわたって自覚症状がほとんどなく、気づいたときにはかなり悪化していることが多いのです。健診は、自覚症状のない病気をみつけ、予防するチャンスでもあります。

健診後のあなたの意志や行動次第で、あなたの10年後20年後の未来が変わってきます。

健診結果を見ながら、「悪玉コレステロールが高いと言われたけど、何も症状ないしなあ…」 「夫が血圧が高めと言われた。塩分を控えるように言われたがどうしたらよいか…」 「まず体重を減らさないと。でも間食をやめる自信がない…」 とさまざまなことを考えると思います。

今の自分のカラダ、何とかしなくちゃ!と少しでも思っているあなた。  
私たちと一緒に、あなたに合ったもっと健康になる方法を考えませんか?



何とかしなくちゃ!と少しでも思っているあなたへ



管理栄養士・保健師が、あなたの健康お手伝いします!

## 個別健康相談

腎機能や高血圧、糖尿病などの生活習慣病が気になっている方、治療中の方など、どなたでもお気軽にご相談ください。

【日時・場所】ご相談に応じます。

【申し込み】本庁福祉保健課地域保健係（TEL46-3122）へお申し込みください。

今までのご相談の一例です

- 血圧が高いので、食事ですべて塩分を減らせばいいの？
- 「腎機能が低下している」と言われたが、どういうこと？
- 体重を減らしたいが、膝が痛いので運動できない。何をしたらいいの？





## 管理栄養士のおすすめ減塩レシピ

### ☆ほうれん草の白あえ☆

材料 (2人分)	
※1人分	91kcal 塩分 0.5g
ほうれん草	100g(1/2束)
木綿豆腐	120g
いりゴマ	10g
砂糖	4g(小さじ1強)
塩	1g



#### 減塩のポイント!

ゴマを切ることによって風味良く仕上がります。

ポイントは豆腐の水切りをしっかりとすることです。水をしっかりと絞ることで少しの塩分でもはっきりとした味に仕上がりますよ♪

#### 作り方

- ① ほうれん草は茹でて、水にさらし、よく水気を切っておく
- ② 豆腐は茹でて、水気を切る(よく絞ってください)
- ③ ゴマは軽くいったあと切りゴマにする
- ④ ②の中に調味料と③を入れて混ぜ、最後にほうれん草とあえる



## お知らせ

### 赤ちゃん相談&おやこ広場

1月19日(月) 海山総合支所別館2階けんこうの広場

【時間】 10:00~11:30

【持ち物】 母子健康手帳

1月21日(水) 東長島公民館

【時間】 10:00~11:00

【持ち物】 母子健康手帳



### おやこサークル

☆参加者同士で交流や子育て情報交換などを行っています。お気軽にご利用ください。

【時間】 10:30~11:30

**たんぼぼ**

【日程】 1/13、20、27(火曜日)

【場所】 海山総合支所福祉環境室福祉保健係

(Tel.32-3904)にお問い合わせください。

**プチ・キッズ**

【日程】 1/7、14、21、28(水曜日)

【場所】 多目的会館図書室(和室)

### 1歳6か月児健康診査

1月8日(木) 東長島公民館

【対象】 H25.5.14~H25.7.8生まれのお子さん

☆対象者には、通知書を郵送します。忘れずに受診してください。



### 2歳6か月児歯科健康診査

1月15日(木) 海山総合支所別館2階けんこうの広場

【対象】 H24.4.17~H24.7.15生まれのお子さん

☆対象者には、通知書を郵送します。忘れずに受診してください。



### 乳がん検診(マンモグラフィ/40歳以上) &子宮頸がん検診追加募集

1月28日(水)

○乳がん検診(マンモグラフィ/40歳以上)

島勝浦集会所(残り15名)

【受付時間】 10:00~11:00

矢口浦集会所(残り15名)

【受付時間】 13:30~15:00

○子宮頸がん検診

矢口浦集会所

【受付時間】 13:30~15:00

☆各検診1,000円(75歳以上は無料)です。

本庁福祉保健課地域保健係へお早めにお申し込みください。(Tel.46-3122)



### 一般健康相談(血圧・尿検査など)

1月7日(水)

船津集会所.....9:30~10:30

新田多目的集会所.....10:45~11:15

1月9日(金)

白浦集会所.....9:30~10:10

島勝漁村センター.....10:15~10:45

1月19日(月)

馬瀬多目的集会所.....9:30~10:00

河内区民会館.....10:15~10:45

赤羽公民館.....9:30~10:00

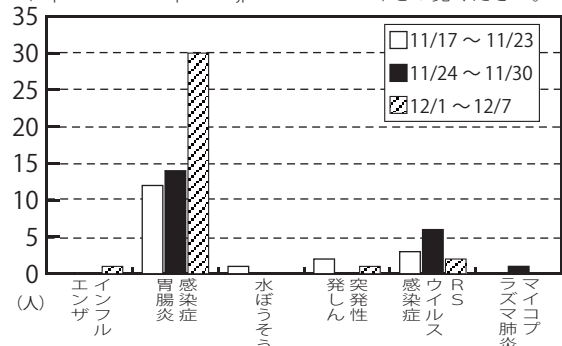
道瀬集会所.....10:30~11:00

### 感染症情報(11月17日~12月7日分)

紀北地区の感染症の動向をお知らせします。

※詳しくは「三重県感染症情報センター」のホームページ

(<http://www.kenkou.pref.mie.jp/kansenmenu.htm>)をご覧ください。



## 認知症の方を介護する家族のつどい



認知症の方を介護する家族のつどいを開催します。

介護のコツや情報を得たり、悩み・不安を話しあえる仲間づくりにお役立てください。

ミニ講座として「失禁と簡単な寒さ対策」も行います。(30分程度) 事前申し込みは不要です。

**日時** 1月19日(月) 13:30～15:30

※ご都合のつく時間のみの参加も可能です。

**場所** 社会福祉会館1階会議室(紀伊長島区)

**対象**

○認知症の方を介護している方

○介護に関心のある方

**問い合わせ**

紀北町地域包括支援センター(ほうかつ) TEL47-0517

海山ランチ(ほうかつ海山) TEL33-0517

## エボラ出血熱感染症について



西アフリカ地域で流行するエボラ出血熱に世界的広がり気配がみられます。同地域からの帰国者で発熱を認めた場合、エボラ出血熱の疑似症者とする旨の通達が国から出されています。

早期診断をし、適切な医療を確保するため、また、二次感染による地域拡散を防止するため、下記のとおりご協力をお願いします。

**最近1ヵ月以内にギニア・シエラレオネ・リベリアに滞在し発熱を認めた場合**

○地域の医療機関を直接受診しないでください。

○まず、保健所に相談し、指示に従ってください。

**問い合わせ**

尾鷲保健所 TEL23-3454

## 1月10日は110番の日



110番は、事件・事故などの緊急通報専用の電話です。

110番通報するときは、警察官の質問に対し、落ち着いて

○何があったのか

○けがはないか

○いつ起きたのか

○どこであったのか

を要領よく通報してください。

緊急の事件・事故以外の相談は警察総合相談電話「#9110」または尾鷲警察署をご利用ください。

**問い合わせ**

尾鷲警察署 TEL25-0110



## 無料法律相談(予約制)

弁護士による無料法律相談を次のとおり開催します。土地・相続問題などについてのご相談をお受けします。

※秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

日程	時間	場所
1月13日(火)	13:30～16:00	老人福祉センター(海山区)
1月26日(月)	13:30～16:00	社会福祉会館(紀伊長島区)

※各場所定員10名です。相談を希望される方は前日までに本庁住民課住民係まで予約のご連絡をお願いします。

※当事者間に係争がある場合、公平性を保つため、双方からのご相談は受けかねますので、ご了承ください。

**【問い合わせ】**

本庁住民課住民係 TEL46-3117

## 普通救命講習

**日時**：1月9日(金) 13:00～16:00

**場所**：海山消防署

※詳しくはお問い合わせください。

**【問い合わせ】**

海山消防署 TEL32-0004

## こころの健康相談

**日時・場所**：ご相談に応じます。

**対象**：こころの健康に関する悩みを持つ方や家族

**【問い合わせ・申し込み】**

本庁福祉保健課地域保健係 TEL46-3122





### 農業委員会委員選挙人名簿の 登載申請受付中



紀北町農業委員会では選挙人名簿登載希望者の申請を受け付けています。1月1日(木・祝)時点で次の要件を全て満たす登載希望者は、1月10日(土)までにご連絡ください。

#### 対象

- ①紀北町に住所を有する満20歳以上の方  
(平成7年4月1日以前に生まれた方)
- ②10アール(1,000㎡)以上の農地で耕作業務を営む方またはその同居の親族・配偶者などで、年間おおむね60日以上耕作業務に従事している方

#### 問い合わせ・連絡先

紀北町農業委員会(本庁農林水産課内) Tel46-3116

### 「ふるさとで働こう」就職相談会



元気な紀北エリア事業者との出会いの場です。お気軽にご参加ください。

日時 1月15日(木) 13:30~15:00  
(受付 13:00~)

場所 尾鷲市中央公民館3階講堂

#### 問い合わせ

東紀州地域雇用創造推進協議会 Tel25-3270

### 教育相談のご案内



困っていること、心配していることなど相談の専門家が一緒に考えてくれます。

本人・家族どなたでもお気軽にご相談ください。

日時 1月16日(金) 11:00~17:00

場所 尾鷲市中央公民館3階

#### 相談員

三重県総合教育センター

川口仁美氏、西澤伸太郎氏、西嶋雅樹氏

#### 問い合わせ・申し込み

尾鷲教育支援センターあおさぎ教室 Tel22-4433

### 平成27年紀北町成人式



日程 1月11日(日)  
開式 10:30~(受付 10:00~)  
場所 東長島公民館  
対象

- 平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方
  - 平成22年3月に町内の中学校を卒業された方
- ※当日は案内状を持参し、受け付けにご提出ください。案内状がない場合はその旨を受け付けにお伝えください。



#### 問い合わせ

教育委員会本庁生涯学習課社会教育係 Tel46-3125  
海山総合支所教育室教育係 Tel32-3905

### 国際交流音楽コンサート



#### 中国琵琶の名手ティンティンと 魅惑の中国笛奏者リユー・イー

平成26年度紀北教育文化事業として、中国琵琶の奏者であるティンティンさんと中国笛の奏者であるリユー・イーさんによるコンサートを行います。

中国の伝統楽器で奏でる名曲の数々をお楽しみください。

日時 2月7日(土) 13:50~(開場 13:30~)

場所 紀北教育会館1階ホール

料金 無料

#### 問い合わせ

紀北教育研究所 Tel32-3500



### 平成27年度松阪高等学校通信制課程 生徒募集について



平成27年度松阪高等学校通信制課程の生徒を募集し、面接・作文検査を下記のとおり実施します。

検査日 3月11日(水)

場所 松阪高等学校

#### 願書受付期間

2月24日(火)~27日(金) 9:00~16:00  
(ただし、27日は正午まで)

学校説明会 2月1日(日) 14:00~15:30

※1週間前までに電話予約をして、必ず出席してください。

#### 問い合わせ

松阪高等学校通信制課程入試窓口 Tel0598-30-5300



# にじいろスマイル

「にじいろスマイル」のコーナーに掲載希望の方は、誕生月の前月の10日までに本庁企画課広報係までお申し込みください。

満1歳  
笑顔



ひなた 日向くん  
平成26年1月12日  
いつもひ～たんのかわいい笑顔に  
いやせれてるよ♪  
これからも元気にすくすく育ってね♪  
＜長島＞卓・佳加さん



おうり 藤村 旺くん  
平成26年1月4日  
1才おめでとう  
これから明るい笑いを聞かせて下さい♡  
＜相賀＞克・恵子さん



いくと 濱田 郁翔くん  
平成26年1月9日  
いつもニコニコ♪いくとの笑顔に癒されます☆  
大好きなお兄ちゃんと仲良く育ってね！  
＜相賀＞恭史・紗矢香さん



はるま 和田 春舞ちゃん  
平成26年1月21日  
お散歩大好き、毎日ここに元気がいっぱいのはるちゃん。すくすく大きくなってね。  
＜引本瀬＞浩一郎・真矢さん



りく 川畑 琉空くん  
平成26年1月13日  
♡ 1才おめでとう♡  
いつもここにこいやしをくれるりくくん😊  
おかる元気に育ってね♪  
＜東長島＞啓・千帆さん



るお 井土 瑠士くん  
平成26年1月21日  
1才おめでとう♡  
これからもお兄ちゃんと仲良くしてね。  
＜矢口瀬＞孝章・祐女さん

広報  
きぼく  
2015.1  
No.111

(平成26年12月1日現在)  
■人口：17,443人  
■世帯数：8,340世帯  
■男：8,230人 / 女：9,213人

編集・発行  
紀北町企画課

〒519-3292 三重県北牟婁郡紀北町紀伊長島区東長島769番地1  
(直通) TEL 0597 (46) 3113 (直通) FAX 0597 (47) 5908  
http://www.town.mie-kihoku.lg.jp/ E-mail kikaku@town.mie-kihoku.lg.jp

## 「伊賀 FC くノ一」によるサッカー教室が開催されます



なでしこリーグなどで活躍している県内のプロ女子サッカーチーム「伊賀 FC くノ一」の選手10名が来町し、町内でサッカーやフットサルに取り組んでいる小・中学生を対象にしたサッカー教室を開催します。

プロ選手の技術やトレーニングを間近に見ることができる絶好の機会ですので、ぜひ応援に来てください。

日時 2月1日(日) 午前10時～正午  
場所 東長島スポーツ公園グラウンド  
コーチ 伊賀 FC くノ一の選手 10名  
対象 町内の小・中学生 約100名  
主催 紀北町体育協会、三重県



※終了後に、選手との交流会(サイン会、握手会など)を予定しています。

問い合わせ  
教育委員会本庁生涯学習課スポーツ振興係 TEL46-3125